資料２－２

岩手県新型コロナウイルス感染症対策本部

家庭での新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト

※「いいえ」のチェックがなくなるように生活しましょう！

項目	チェック内容	はい	いいえ
家族の健康管理	① 毎朝の家族全員の体温測定、健康チェックはしていますか。	□ はい	□ いいえ
	② 高齢者や基礎疾患のある方と会話をする際はマスクをしていますか。（マスクができない場合を除く）	□ はい	□ いいえ
	③ 発熱や体調が悪い家族がいる場合に、診察してもらう医療機関を知っていますか。	□ はい	□ いいえ
	※体調不良時の相談先 ⇒ (1)かかりつけ医、(2)県ホームページ掲載の診療・検査医療機関確認、(3)受診・相談センター（TEL：019-651-3175）		
手洗い・消毒	① 家に帰ったら、水と石けんで30秒以上の手洗い（またはアルコール消毒）をしていますか。	□ はい	□ いいえ
	② 子どもの手洗いや手指消毒も確認していますか。	□ はい	□ いいえ
換気・家具などの消毒、衛生管理	① こまめな換気をしていますか。	□ はい	□ いいえ
	② 共用部分（ドアノブ、照明スイッチ、リモコン、ポットなど）を定期的に消毒していますか。	□ はい	□ いいえ
	③ 歯ブラシは個別に保管し、コップなどは家族分用意（または使用の都度洗浄）していますか。	□ はい	□ いいえ
外出の際の感染対策	① 外出する際は、不織布マスクを正しくつけていますか。（×鼻出しマスク、×あごマスク）	□ はい	□ いいえ
	② 外出の際は、混雑した場所や感染リスクの高い場所を避けていますか。	□ はい	□ いいえ
	③ 県外への外出の際は、移動先の都道府県の感染状況や要請内容を確認していますか。	□ はい	□ いいえ
	④ 会食の際は、短時間で、深酒をせず、大声を出さず、会話の時はマスクの着用をしていますか。	□ はい	□ いいえ
体調が悪い家族がいる場合の感染対策	① 発熱や体調が悪いときは、出勤や通学を控えていますか。	□ はい	□ いいえ
	② 家族に発熱や咳などの症状が見られた場合、速やかに医療機関や受診・相談センターに相談しましたか。	□ はい	□ いいえ
	③ 家族の検査結果が出るまでの間、同室で過ごすときは、室内の全員がマスクを着用し、十分な換気を行っていますか。	□ はい	□ いいえ